

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Екатериновка
структурное подразделение – детский сад «Ручеёк»

Спортивный досуг
«Прогулка в осенний лес» в средней группе.

Воспитатель:
Коньшина Елена Викторовна

Цели: закреплять знания детей о диких животных, обогащать словарный запас; закреплять умения и навыки детей в ползании, равновесии; развивать ловкость и координацию движений; развивать мыслительные способности, зрительную и слуховую память; вызывать интерес к занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

Упражнять в ходьбе по массажной дорожке.

Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке.

Упражнять в лазании на гимнастическую стенку и спускаться.

Развивать физические качества: силу, ловкость, выносливость, координацию движений.

Участники мероприятия: воспитанники средней и младшей группы.

Ход занятия.

Дети строятся в шеренгу.

Воспитатель: Ребята, сейчас мы с вами совершим прогулку в лес. На пути нам встретятся разные препятствия: речка, болота, ручей, гора. Поэтому мы не должны спешить, обгонять друг друга.

Ребята, скажите: а какие дикие животные могут встретиться нам на пути?

Дети: белка, еж, заяц, медведь, лиса...

Воспитатель: Мы сейчас в поход выходим, по тропинке в лес заходим, руки за спину кладем и по бревнышку идем! (дети по очереди друг за другом идут по массажной дорожке)

Кто с высоких темных сосен

В ребятишек шишку бросил

И в кусты через пенек

Промелькнул как огонек?

Дети: Белка

Воспитатель: Дружно на берег крутой поднимаемся гурьбой (дети друг за другом ползут по одной гимнастической стенке вверх и спускаются вниз по другой)

Летом ходит без дороги

Возле сосен и берез,

А зимой он спит в берлоге,

От мороза пряча нос.

Дети: Медведь

Воспитатель: Мы в затылок подравнялись, на носочки поднялись, на мосток другой взошли, вот и речку перешли (дети идут по гимнастической скамейке, руки в стороны).

Трав копытами касаясь,

Ходит по лесу красавец,

Ходит смело и легко,

Рога раскинув широко.

Дети: Лось

Воспитатель: Группой по лугу шагаем, вдруг болото мы встречаем

(дети идут, перешагивая через гимнастические палки, 6 шт.)

По полю скачет - ушки прячет,
Встанет столбом – ушки торчком.

Дети: Заяц

Воспитатель: Перейдем преграду вмиг и по кочкам прыг-прыг-прыг (дети прыгают из обруча в обруч, 6 шт.)

Сердитый недотрога
Живет в глуши лесной.

Иголок очень много,
А нитки ни одной.

Дети: Ёж

Воспитатель: Молодцы! Все загадки отгадали!

Только к лесу подошли – обнаружили следы.

То не заяц, не сохатый – это мишка косолапый

(дети ходят «змейкой» между стойками на внешней стороне стопы.)

Воспитатель: А сейчас мы с вами сядем и отдохнём.

Пальчиковая гимнастика «По полянке мишка шёл».

По полянке мишка шел,

И в бочонке мед нашел

Лапкой мед он доставал

Язычком его лизал

Нету меда!

Где же мед?

Ищет мишка – не найдет

Воспитатель: Приглашаю всех на лесную разминку!

«Пчелы жужжат»

И.п. – ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

1 – Руки через стороны вверх, подняться на носки, вдох.

2 – и.п., на выдохе произносить звук «з-з-з»

Повторить упражнение 5 раз.

«Белочка оглядывается»

И.п. – основная стойка

1 – Повернуть голову вправо.

2 – Повернуть голову влево

3 – Поднять голову вверх

4 – Опустить ее вниз

Повторить упражнение 4 раза

«Медведь отбивается от пчел»

И.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны

1 – наклон вперед с поворотом к правой ноге, хлопок между ног.

2 – И.п.

3 – Наклон вперед с поворотом к левой ноге, хлопок между ног.

4 – И.п.

Повторить упражнение 4 раза.

«Лисичка танцует»

И.п. – основная стойка, руки на поясе.

1 – Выставить ногу вперед на носок.

2 – выставить ногу в сторону на носок

3 – выставить ногу назад на носок

4 – И.п.

Повторить упражнение 4 раза каждой ногой.

«Волк ищет зайцев»

И.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны.

1 – Поворот вправо, левую руку положить на правое плечо, правая рука за спиной.

2 – И.п.

3,4 – то же, в другую сторону

Повторить упражнение 4 раза.

«Зайчик делает зарядку»

И.п.– основная стойка.

1 – Правую руку и правую ногу вперед.

2 – И.п.

3 – Левую руку и левую ногу вперед

4 – И.п.

Повторить упражнение 4 раза.

«Зайки скачут на лужайке»

И.п. – основная стойка. Прыжки на двух ногах: 4 прыжка вперед, 4 прыжка назад.

Повторить упражнение 4 раза.

Воспитатель: Ребята давайте с вами поиграем в игру «Закончи предложение»

Воспитатель: У волчицы родились...

Дети: ...волчата.

Воспитатель: У медведицы родились...

Дети: ...медвежата.

Воспитатель: У белки родились...

Дети:... бельчата.

Воспитатель: У зайчихи родились...

Дети: ...зайчата.

Воспитатель: У лисицы родились...

Дети: ...лисята.

Воспитатель: У ежихи родились...

Дети: ... ежата.

Воспитатель: У лосихи родились...

Дети: ... лосята.

Воспитатель: А сейчас мы с вами поиграем в игру «Через ручеёк»

Подвижная игра «**Через ручеёк**».

Задачи: Развивать у детей ловкость, упражнять в равновесии, в прыжках на обеих ногах.

Воспитатель: Дети, давайте мы полежим и послушаем звуки осеннего леса.

Дети ложатся на пол, закрывают глаза. Звучат звуки леса. Воспитатель раздаёт детям конфеты – подарок от белочки.